



Joel I. Klein  
Chancellor

# Políticas de bienestar del Departamento de Educación de la Ciudad de Nueva York para la actividad física y la nutrición

Junio de 2010

## INTRODUCCIÓN

La obesidad infantil es una epidemia a lo largo de los Estados Unidos, cuyo índice se triplicó en los últimos 30 años. La Ciudad de Nueva York tiene una proporción aún mayor de niños obesos y con sobrepeso en comparación con otras partes del país. La importancia de este tema no puede sobrevalorarse. La obesidad infantil tiene efectos inmediatos y a largo plazo. La obesidad infantil aumenta la probabilidad de ser obeso en la vida adulta. Esto último está asociado con enfermedades del corazón y cáncer. Las investigaciones científicas actuales además revelan que aquellos con una mejor condición física tienen un mejor rendimiento académico. Para leer la investigación más reciente de las escuelas públicas de la Ciudad de Nueva York sobre obesidad infantil y sus consecuencias, ingrese a <http://www.nyc.gov/html/doh/downloads/pdf/survey/survey-2009fitnessgram.pdf>.

La preocupación de los ciudadanos acerca del impacto de la obesidad infantil aumentó significativamente desde que el DOE publicó sus primeras Políticas de bienestar para la actividad física y la nutrición en el año 2006. Esta actualización de 2010 eleva el estándar para las escuelas públicas de la Ciudad de Nueva York. Las políticas también se ponen en línea con el objetivo del gobierno de Obama de terminar con la epidemia de obesidad infantil en esta misma generación.

Nuestro diverso enfoque sobre el bienestar incluye estrategias de sentido común, como por ejemplo: que nuestras escuelas cuenten con alimentos más saludables y que los alumnos tengan más oportunidades para mantenerse físicamente activos. A través de estos esfuerzos apuntamos a ayudar a que los estudiantes tomen decisiones más saludables y a que desarrollen hábitos que puedan aplicar durante toda la vida. Alentamos a todos los miembros de la comunidad escolar a que revisen estas políticas y a que comiencen a considerar seriamente de qué forma se puede integrar el bienestar a la enseñanza y al aprendizaje todos los días, y que también consideren cómo llegar a las vidas de los estudiantes cuando estos están fuera de la escuela.

La primera dama, Michelle Obama, quien lanzó la campaña nacional *Let's Move* en busca de una solución a la obesidad infantil, fija sus expectativas de esta forma: "En última instancia dependerá de todos nosotros: comercios y entidades sin fines de lucro, centros comunitarios y de salud, maestros y líderes religiosos, entrenadores y padres... todos trabajando juntos para ayudar a que las familias usen el sentido común para que nuestros niños se vuelvan y se mantengan sanos". El Departamento de Educación invita a padres, educadores y a los líderes de la comunidad a ayudar a que esa visión se haga realidad para los 1.1 millones de niños que asisten a las escuelas de la ciudad.

## CONTEXTO

En la Ley de Reautorización de 2004 del Programa de Nutrición Infantil y del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés), el Congreso de los Estados Unidos estableció un requisito para que los distritos escolares que participan en los programas de comidas escolares financiados por el gobierno federal desarrollen e implementen una política de bienestar. La política de bienestar debe incluir metas para la educación sobre la nutrición y la actividad física y pautas que promuevan la salud estudiantil y reduzcan la obesidad infantil.

El presente documento describe la política de bienestar del Departamento de Educación de la Ciudad de Nueva York (NYCDOE, por sus siglas en inglés). Esta política está diseñada para promover la salud y el bienestar de los estudiantes, a la vez que se tienen en cuenta las prioridades en conflicto y la disponibilidad de fondos. El Departamento de Educación (DOE, por sus siglas en inglés) contó -y aún cuenta- con la participación de estudiantes, padres, maestros, profesionales de servicios alimentarios, profesionales de la salud y otros miembros interesados de la comunidad en el desarrollo y la revisión de esta política.

## PREÁMBULO

El NYCDOE se compromete a ofrecer entornos educativos que promuevan y protejan la salud, el bienestar y la capacidad de aprendizaje de los niños, haciendo énfasis en la buena alimentación y la actividad física. Por ende, el DOE hará lo siguiente:

- Apoyará a todas las escuelas en su tarea de brindar oportunidades para que los estudiantes realicen actividades físicas y de motivarlos a mantenerse físicamente activos de forma regular.
- Garantizará que las comidas y bebidas que se venden o sirven en la escuela cumplan con las recomendaciones nutricionales de las *Pautas alimenticias federales para los estadounidenses (U.S. Dietary Guidelines for Americans)*.
- Asegurará que las comidas escolares les brinden acceso a los estudiantes a una variedad de alimentos asequibles, nutritivos y llamativos que satisfagan las necesidades que tengan respecto a su salud y a su nutrición.
- Participará en los programas disponibles de comidas escolares federales, entre ellos el Programa de desayuno escolar (SBD, por sus siglas en inglés); el Programa nacional de almuerzo escolar (NSL, por sus siglas en inglés), el cual incluye las comidas ligeras (snacks) fuera del horario escolar; el servicio de alimentos de verano (SFSP, por sus siglas en inglés); el Programa de comidas ligeras de frutas y verduras, y el Programa de alimentos para el cuidado de adultos y niños (CACFP, por sus siglas en inglés), el cual incluye la cena.
- Ofrecerá clases de nutrición y de educación física para fomentar hábitos perdurables de buena alimentación y actividad física. Establecerá vínculos con los programas de educación para la salud y los de las comidas escolares, así como con agencias de servicios comunitarios afines.

# POLÍTICAS ESPECÍFICAS

## 1. Consejos de bienestar escolar

El DOE alienta a que las escuelas desarrollen o trabajen con los consejos de bienestar escolar existentes para que controlen la nutrición en la escuela y las políticas y las prácticas sobre la actividad física. Los consejos pueden incluir padres, estudiantes, representantes del programa de alimentación de la escuela, administradores escolares, maestros, profesionales de la salud y miembros del público, entre ellos las organizaciones comunitarias locales (CBO, por sus siglas en inglés) que ofrezcan su colaboración. La función del consejo es la de asesorar; la responsabilidad final de la implementación recae sobre el director.

## 2. Calidad nutricional de las comidas de la Oficina de Alimentación Escolar (*SchoolFood*)

### **Las comidas de la Oficina de Alimentación Escolar se sirven de acuerdo con los programas nacionales de comidas escolares**

Las comidas que sirve la Oficina de Alimentación Escolar a través de los programas nacionales de desayuno, almuerzo, comidas ligeras fuera del horario escolar y cena respetarán las siguientes pautas:

- Cumplirán con los requisitos locales, estatales y federales para el reembolso.
- Limitarán el contenido de grasa en las comidas de la siguiente manera:
  - El contenido graso total se limitará al 30 por ciento de las calorías totales consumidas a lo largo de la semana.
  - El contenido de grasa saturada se limitará al 10 por ciento de las calorías totales consumidas a lo largo de la semana.
  - Los aceites parcialmente hidrogenados se limitarán de acuerdo con las pautas alimenticias actuales.
- Proporcionarán cantidades limitadas de sodio y colesterol.
- Proporcionarán cantidades restringidas de jarabe de maíz de alta fructosa con el objetivo de eliminar el jarabe de maíz de todos los productos.
- Ofrecerán y promoverán el consumo diario de frutas frescas y verduras diversas diariamente.
- Ofrecerán y promoverán la inclusión de verduras en los platos principales.
- Ofrecerán tres variedades de leche reducida en grasa:
  - Leche semidescremada (1%)
  - Leche descremada
  - Leche chocolatada descremada

Excepciones: algunas poblaciones especiales (*por ejemplo*: alumnos de educación especial) podrían recibir leche entera.

*El contenido nutricional de los artículos en el menú diario y de las comidas ligeras se encuentran a su disposición en el sitio web de SchoolFood: <http://www.opt-osfns.org/osfns>.*

## **Servicios del programa**

**Desayuno:** con el fin de satisfacer las necesidades nutricionales de los estudiantes y destacar los beneficios de un desayuno saludable, la Oficina de Alimentación Escolar insta a los estudiantes a participar en el Programa de desayuno escolar.

- El desayuno se seguirá ofreciendo en forma gratuita a todos los estudiantes de las escuelas públicas de la Ciudad de Nueva York.
- También existe la opción de desayuno para llevar al salón de clases (“*Grab-and-Go*”), que está a disposición de las escuelas que buscan formas alternativas de brindar a los estudiantes una comida sana para comenzar la jornada escolar.

**Almuerzo:** la Oficina de Alimentación Escolar le ofrece a los estudiantes un variado menú de almuerzo que cumple con los estándares nutricionales.

- La Oficina de Alimentación Escolar se esfuerza en la búsqueda de ingredientes innovadores y saludables para incorporarlos a los menús.

**Menús:** los alimentos y productos nuevos para el menú se evalúan con el fin de identificar opciones saludables y atractivas para los alumnos. Esto se lleva a cabo de la siguiente manera:

- Evaluando los productos en la cocina de pruebas de la Oficina de Alimentación Escolar antes de que se utilicen en las escuelas.
- Probando los artículos en los menús de algunas escuelas para recibir la opinión de los estudiantes que los consumen antes de comercializar el producto en forma masiva.
- Repasando en base a los antecedentes de producción qué les gusta y qué no les gusta a los estudiantes.

Los menús mensuales se publican en el comedor escolar y en el sitio web de *SchoolFood*: <http://www.opt-osfns.org/osfns>.

## **Comidas y bebidas que se venden y sirven fuera de los programas nacionales de comidas escolares NSB y NSL (máquinas expendedoras, comidas ligeras a la carta, meriendas, tiendas escolares para estudiantes, cocinas escolares, etc.)**

A partir de febrero de 2010, solamente se podrán poner a la venta en horario escolar aquellos alimentos y bebidas que cumplan con las disposiciones de la Oficina de Alimentación Escolar del Departamento de Educación. La lista de la Oficina de Alimentación Escolar no incluirá productos prohibidos por leyes federales y/o estatales.

*Para obtener más información sobre las comidas ligeras, ingredientes, tamaños de las porciones, etc. aprobados por la Oficina de Alimentación Escolar, visite el sitio web de dicha Oficina: <http://www.opt-osfns.org/osfns>.*

### **Estándares para las áreas a las que los alumnos pueden acceder**

#### ***Escuela primaria e intermedia***

<b>Ubicación de las máquinas</b>	<b>Productos permitidos</b>	<b>Límite calórico</b>	<b>Límite del tamaño de la porción</b>
Áreas de acceso estudiantil	Agua	N/A	Ninguna.
	Bebidas de bajas calorías sin colorantes ni saborizantes artificiales	10 calorías cada 8 onzas	Ninguna.

### **Escuela secundaria**

<b>Ubicación de las máquinas</b>	<b>Productos permitidos</b>	<b>Límite calórico</b>	<b>Límite del tamaño de la porción</b>
Áreas de acceso estudiantil	Agua	N/A	Ninguna.
	Bebidas de bajas calorías sin colorantes ni saborizantes artificiales	25 calorías cada 8 onzas	Ninguna.

*AVISO: En la escuela secundaria se permitirán las bebidas con cafeína. Las escuelas secundarias e intermedias tendrán permitida la venta de bebidas gaseosas (incluye a las escuelas de 6.º a 8.º grado y a las de 6.º a 12.º grado). Las bebidas gaseosas y con cafeína no están permitidas en las escuelas primarias (incluye a las escuelas de jardín de infantes a 5.º grado, de jardín de infantes a 8.º grado y a las de jardín de infantes a 12.º grado). Las bebidas gasificadas (carbonatadas) se pueden vender siempre y cuando se encuentren en la lista de exenciones del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés) aplicables a bebidas gaseosas utilizadas en los programas de comidas escolares. El enlace que se encuentra a continuación muestra todas las bebidas actualmente incluidas en dicha lista. Si un fabricante sostiene que su producto cumple con los requisitos establecidos por la USDA, se le incita a ponerse en contacto con la USDA para que lo agreguen a la lista de exenciones.*

*<http://portal.nysed.gov/portal/page/pref/CNKC/IntDocs/Exemptions%20Under%20the%20Competitive%20Food%20Regulation%20List.pdf>*

### **Estándares para las áreas a las que los alumnos no pueden acceder (por ejemplo: salones de maestros y oficinas administrativas)**

Las máquinas dispensadoras de bebidas que se encuentran en las oficinas administrativas y en las áreas de uso para maestros (tales como la sala de estar de los maestros y otros espacios a los que los alumnos no pueden acceder) deberán cumplir con los estándares establecidos para la ciudad en relación a las máquinas dispensadoras de bebidas para adultos, que pueden actualizarse ocasionalmente a discreción de las autoridades de la Ciudad.

### **Pautas para la venta de productos alimenticios y de comidas ligeras**

La meta de la Oficina de Alimentación Escolar es motivar a los estudiantes para que desarrollen hábitos de alimentación saludables mediante la reducción o eliminación del contenido total de grasas, grasas saturadas, grasas trans, colesterol y sodio de los productos ofrecidos para las comidas ligeras o *snacks*. Muchos productos populares para comidas ligeras se han reformulado a fin de cumplir con estándares nutricionales más elevados.

*La Disposición del Canciller relativa a Alimentos competitivos (CR A-812) se encuentra disponible en: <http://schools.nyc.gov/NR/rdonlyres/381F4607-7841-4D28-B7D5-0F30DDB77DFA/78296/A812FINAL.pdf>*

**Productos aprobados:** sólo los alimentos aprobados se pueden poner a la venta para estudiantes en las máquinas dispensadoras, tiendas de la escuela y/o en los eventos para recaudación de fondos *fuera del horario de comedor* entre el comienzo de la jornada escolar y las 6:00 p.m., en días de semana, con la sola excepción de los eventos de recaudación de fondos de la Asociación de padres y la Asociación de padres y maestros (Disposición del Canciller A-812, Artículo I, Párrafo "H"). *Ventas de recaudación de fondos realizadas por estudiantes* de artículos aprobados a lo largo de la jornada escolar fuera de la cafetería (Disposición del Canciller A-812, Artículo I, Párrafo "G"). Las bebidas aprobadas se pueden vender durante todo el día.

*Aviso: Las máquinas expendedoras de comidas ligeras no se podrán utilizar en ninguna escuela que ofrezca clases a alumnos entre prejardín de infantes (PK, por sus siglas en inglés) y quinto (5.º) grado.*

A partir de febrero de 2010 los estándares nutricionales para las comidas ligeras y bebidas aprobadas son los siguientes:

- El máximo nivel de grasa permitido es el 35% del total calórico (con la excepción de los frutos secos y la manteca derivada de frutos secos).
- Menos de un 10% de las calorías pueden provenir de grasas saturadas.
- 0.5 gramos o menos de grasas *trans*
- Menos del 35% de las calorías pueden provenir de azúcares (con la excepción de las frutas sin azúcar agregado).
- Menos de 200 calorías en total.
- El contenido de sodio no puede exceder los 200 mg. por porción.
- Los productos a base de granos deben contener al menos 2 gramos de fibra por porción
- Los productos que combinen fruta seca con frutos secos están exentos del total estándar de grasas

Se le puede proponer a la Oficina de Alimentación Escolar nuevos alimentos para que sean incluidos en la lista de comidas ligeras a: *Food Support Unit, NYC Department of Education, Attn: Ms. Lorraine Burke, 44-36 Vernon Blvd – Room 413, L.I.C., NYC 11101/ Teléfono: 718-707-4249 Correo electrónico: Lburke@schools.nyc.gov.*

**Alimentos prohibidos:** los siguientes alimentos no se pueden poner a la venta a través de máquinas dispensadoras, tiendas de la escuela, eventos para recaudación de fondos organizados por los estudiantes y/o por otras actividades para recaudar fondos desde el comienzo de la jornada escolar hasta las 6:00 pm en los días de semana:

- Chicle
- Dulces, entre ellos caramelos duros, confites masticables (*jellies*), gomitas, malvaviscos (*marshmallows*), dulce de caramelo, caramelo de regaliz (*licorice*), algodón de azúcar y palomitas de maíz acarameladas
- Helados de paleta que no contengan fruta o jugo
- Endulzantes artificiales

En el sitio web de la Oficina de Alimentación Escolar (SchoolFood) encontrará una lista de comidas ligeras que cumplen con los criterios del Departamento de Educación de la ciudad de Nueva York: <http://www.opt-osfns.org/osfns>. Véase la Disposición del Canciller A-812 para obtener más información.

### 3. Educación y promoción de la nutrición

La Oficina de Alimentación Escolar trabajará dentro de todas las escuelas públicas de la Ciudad de Nueva York con el fin de desarrollar y mantener asociaciones con los miembros de la comunidad escolar. En las reuniones de las asociaciones, la Oficina de

Alimentación Escolar tratará temas relativos a la nutrición y al programa de servicios alimenticios en la escuela. Se brindará información sobre todos los aspectos de la Oficina de Alimentación Escolar según se solicite. La Oficina de Alimentación Escolar alentará a los directores a que inviten a los estudiantes de diferentes clases, al director o a su representante, al coordinador de padres, al enfermero escolar y al director de la Oficina de Alimentación Escolar a que participen en las reuniones de las asociaciones. Los miembros de las asociaciones trabajarán juntos para fomentar la comunicación entre la Oficina de Alimentación Escolar y la comunidad escolar.

Los consejos de salud trabajarán con las asociaciones de la Oficina de Alimentación Escolar para promover y controlar las políticas y programas nutricionales y de actividad física en sus respectivas escuelas. Estos grupos serán un recurso para la administración escolar en la implementación de esas políticas.

Para complementar este esfuerzo, la Oficina para los Programas de Bienestar Escolar (anteriormente llamada Oficina de Aptitud Física y Educación para la Salud) incorporará la educación sobre nutrición en los cursos que recomienda el Departamento sobre desarrollo profesional en su plan de estudios integral sobre educación para la salud: *“Profesor de salud” (HealthTeacher)* para los grados de jardín de infantes a 5.º, e *“Inteligencia aplicada a la salud” (Healthsmart)* para los grados de 6.º a 12.º.

### **Comunicación con los padres**

El DOE insta a las escuelas a apoyar el esfuerzo que los padres realizan para brindar una dieta saludable y actividad física diaria a sus hijos. Las escuelas pueden ofrecer seminarios sobre alimentación saludable para padres, enviar al hogar información sobre nutrición, publicar consejos sobre nutrición en los sitios web de la escuela y brindar análisis de los nutrientes de los menús escolares. Las escuelas también pueden instar a los padres a mandar a sus hijos a la escuela con almuerzos y comidas ligeras saludables y a abstenerse de incluir bebidas y alimentos que no cumplan con los estándares nutricionales mencionados anteriormente para los alimentos y bebidas individuales. Asimismo puede brindar a los padres una lista de alimentos que cumplen con los estándares para comidas ligeras del DOE, así como también ideas para la realización de eventos tales como celebraciones, fiestas, agasajos y actividades para recaudar fondos de forma saludable. Además, la escuela puede brindar oportunidades para que los padres compartan sus estrategias de alimentación saludable con otros miembros de la comunidad escolar.

### **Los alimentos como recompensa**

Los maestros no deberían utilizar alimentos o bebidas, especialmente aquellos que no cumplen con los estándares nutritivos de la Oficina de Alimentación Escolar (descritos más arriba), como recompensas por el rendimiento académico o por el buen comportamiento.

## **4. Oportunidades para realizar actividad física y la educación física**

### **Educación física diaria desde el jardín de infantes hasta el 12.º grado**

El DOE insta a los directores a ofrecer clases de educación física a diario (o según otro horario que cumpla con los requisitos del estado de Nueva York) para los estudiantes desde jardín de infantes hasta 12.º grado, entre ellos los estudiantes con discapacidades y/o con necesidades de atención médica especial y aquellos que están inscritos en entornos educativos no convencionales. A partir el año escolar 2007-2008 la lista de verificación de cumplimiento del director incluye velar por la observancia de los

requisitos de educación física impuestos por el Departamento de Educación del Estado de Nueva York (NYSED por sus siglas en inglés). En lo posible, la enseñanza de educación física estará a cargo de un maestro de educación física certificado o un maestro que se especialice en educación física. Los estudiantes deben dedicar al menos un 50 por ciento del tiempo de la clase de educación física a la realización de actividad física moderada o enérgica.

**Plan de estudios:** el DOE se compromete a utilizar en todas sus escuelas un plan de estudios de aptitud física en relación a la salud, tal como el plan *Physical Best*.

**Exámenes:** el DOE ha adoptado el examen FITNESSGRAM de la Ciudad de Nueva York (basado en el método FITNESSGRAM del instituto Cooper Institute) como su método estándar de evaluación de la aptitud física de los estudiantes en relación a la salud. Todas las escuelas deberían incorporar el examen FITNESSGRAM de la ciudad de Nueva York en su programa de educación física. A partir del año escolar 2007-2008 la participación en el examen FITNESSGRAM se encuentra en la lista de verificación de cumplimiento del director de la escuela.

Los estudiantes y padres reciben informes impresos del rendimiento estudiantil en el examen FITNESSGRAM de la Ciudad de Nueva York.

### **Actividad física**

**Integración de la actividad física en el entorno del salón de clases:** para que los estudiantes reciban los 60 minutos diarios de actividad física recomendados a nivel nacional, necesitan tener oportunidades para realizar actividad física además de la clase de educación física. Con este propósito, se insta a los directores a:

- Brindar educación sobre la salud en el salón de clases, de forma que complemente la clase de educación física y refuerce los conocimientos y las técnicas de autocontrol necesarias para mantener un estilo de vida físicamente activo y reducir el tiempo destinado a las actividades sedentarias como mirar televisión.
- Brindar oportunidades para realizar actividad física como parte de las clases de otras materias.
- Promover que los maestros de grado ofrezcan recreos cortos para realizar actividad física entre lecciones o clases, según corresponda

La Oficina para los Programas de Bienestar Escolar ofrece continuamente oportunidades de capacitación profesional para entrenar a los maestros del aula en la incorporación de la actividad física en la enseñanza diaria.

**Receso diario:** además del tiempo destinado a la educación física en el aula, el DOE recomienda que los directores brinden a los estudiantes de escuelas primarias al menos 20 minutos diarios de receso o recreo supervisado, preferiblemente al aire libre, durante el cual el personal debe facilitar la actividad física, de moderada a enérgica, y proporcionar el espacio y equipo adecuados para ella. La política del DOE establece que el juego al aire libre está permitido sin importar la temperatura, siempre que las condiciones climáticas sean adecuadas.

**Oportunidades para realizar actividad física antes y después de la escuela:** el DOE insta a todas las escuelas primarias, intermedias y secundarias a ofrecer programas de actividad física extracurriculares, tales como clubes de actividad física y programas de liga interna. También se insta a todas las escuelas secundarias e intermedias a ofrecer programas de deportes entre escuelas. El DOE recomienda que las escuelas ofrezcan una variedad de actividades que respondan a las necesidades, intereses y capacidades de todos los estudiantes, entre ellos niños, niñas, estudiantes con discapacidades y estudiantes que requieren atención médica especial.

Los programas de cuidado infantil y enriquecimiento educativo fuera del horario escolar deberían fomentar en la medida de lo posible períodos diarios de actividad física, de moderada a enérgica, para todos los participantes.

**Actividad física y castigos:** tanto los maestros como el otro personal escolar o de la comunidad no deberán utilizar actividades físicas (como por ejemplo: hacer correr a los alumnos alrededor de una pista o hacerlos hacer flexiones de brazos) o no permitirles hacer actividades físicas (como por ejemplo: prohibirles los recreos o que participen de la clase de educación física) para castigarlos.

### **Uso de las instalaciones escolares fuera del horario de clase**

Se insta a los directores a permitir que las instalaciones y los espacios escolares estén disponibles para las actividades extracurriculares patrocinadas por la escuela que promuevan la aptitud física de sus estudiantes. El DOE recomienda que, en la medida que las circunstancias lo permitan, las escuelas pongan estos espacios e instalaciones a disposición de las agencias y organizaciones comunales que ofrecen programas de actividad física y de nutrición y que están dispuestas a pagar por los costos de custodia y seguridad. Las políticas de seguridad escolar seguirán en efecto a toda hora. Es obligatorio cumplir con la Disposición del Canciller D-180 acerca del "Uso extendido de las instalaciones escolares"

### **Comunicación con los padres**

El DOE insta a las escuelas a brindar información sobre educación física y otras actividades físicas que se realizan en la escuela antes, durante y después de la jornada escolar, y apoya el esfuerzo que realizan los padres para fomentar que sus hijos se mantengan físicamente activos fuera de la escuela. Para apoyar a los padres, las escuelas pueden compartir información sobre la actividad y educación física a través de sitios web, boletines de noticias u otro tipo de material para consultar en el hogar, eventos especiales o tareas domiciliarias de educación física.

## **5. Bienestar del personal**

El DOE recomienda a su personal mantener un estilo de vida saludable. Se alienta a todos los directores a trabajar con un grupo de funcionarios para desarrollar, promover y supervisar un plan multifacético para fomentar la salud y el bienestar del personal. El plan describiría distintas maneras de fomentar la alimentación saludable, la actividad física y otros elementos de un estilo de vida saludable.

## **6. Control y revisión de la política**

En cada escuela, el director o su representante estarán a cargo de supervisar la conformidad con esas políticas, y mantendrá al director del DOE que corresponda informado acerca del cumplimiento de la escuela. Además, la Oficina de Alimentación Escolar y la Oficina para los Programas de Bienestar Escolar brindarán los siguientes servicios:

- La Oficina de Alimentación Escolar trabajará con el Departamento de Salud local, las organizaciones de representantes de la comunidad y la comunidad educativa para evaluar y promover la aceptación de los programas NSB y NSL por parte de los estudiantes.
- La Oficina de Alimentación Escolar continuará utilizando programas de informática aprobados por el USDA para controlar que los menús por ciclo y los programas para

comidas ligeras cumplan con las políticas y estándares nutricionales federales, estatales y locales.

- Los productos que integran el menú serán seleccionados, analizados y evaluados al azar, conforme a los requisitos de la Oficina de Alimentación Escolar.
- La Oficina de Alimentación Escolar seguirá participando en la iniciativa de comidas escolares al menos una vez cada cinco años, o según lo establecido por el Departamento de Educación del Estado de Nueva York.
- La Oficina para los Programas de Bienestar Escolar del DOE, junto a la Oficina de Servicios de Cumplimiento, controlarán la participación en las actividades recomendadas conforme a las pautas de aptitud física y educación física, y presentará un informe sobre la participación de las escuelas al Canciller y al Panel para la política educativa (PEP, por sus siglas en inglés). La Oficina Central de los Programas de Bienestar Escolar del DOE, junto a la Oficina de Servicios de Cumplimiento brindará ayuda técnica y apoyo adicionales para aumentar el nivel de participación de las escuelas en las actividades recomendadas, conforme a las pautas de aptitud física y educación física.

### **Revisión de la política**

A lo largo del año lectivo 2010-2011 el DOE desarrollará un informe detallado de los programas de nutrición y actividad física existentes. La información obtenida en este informe se utilizará para recomendar cambios en las políticas de bienestar y servirá como punto de partida para esfuerzos futuros. Estos informes serán trienales y permitirán la reevaluación del valor de las políticas existentes y destacarán las áreas en las que se necesitan esfuerzos de implementación adicionales.

### **Pedidos de información**

Todas las consultas relacionadas con la política de bienestar deberán dirigirse a:

Office of School Health  
2 Lafayette Street, 22nd Floor CN-25  
New York, NY 10007  
212-442-3357 (teléfono)  
212-513-0207 (fax)

[Wellness@schools.nyc.gov](mailto:Wellness@schools.nyc.gov)